

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian mengenai kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus di wilayah UPTD Puskesmas Gianyar I tahun 2023 dapat disimpulkan bahwa :

1. Gambaran kepatuhan diet berdasarkan jenis sebanyak 13 sampel (72,22%) pasien DM tipe II di UPTD Puskesmas Gianyar I patuh dan sebanyak 5 sampel (27,78) tidak patuh.
2. Gambaran kepatuhan diet berdasarkan jumlah asupan zat gizi sebanyak 11 sampel (61,11%) pasien DM tipe II di UPTD Puskesmas Gianyar I patuh terhadap asupan energi dan sebanyak 7 sampel (38,89%) tidak patuh. Sebanyak 12 sampel (66,67 %) patuh terhadap asupan KH dan sebanyak 6 sampel (33,33%) tidak patuh.
3. Gambaran kepatuhan diet berdasarkan jadwal sebanyak 12 sampel (66,67%) pasien DM tipe II di UPTD Puskesmas Gianyar I patuh dan sebanyak 6 sampel (33,33%) tidak patuh
4. Kadar glukosa darah pasien penderita DM tipe II sebanyak sebanyak 7 sampel (38,89 %) terkontrol dan sebanyak 11 sampel (61,11 %) tidak terkontrol.

B. Saran

1. Bagi pasien

Memberikan edukasi pada pasien DM tentang diet 3J yaitu: ketepatan jumlah makanan, ketepatan jadwal makanan, dan ketepatan jenis makanan yang bisa diterapkan di rumah agar dapat mengontrol kadar glukosa darah dan serta teratur mengkonsumsi obat.

2. Bagi ahli gizi

Memberikan saran pada ahli gizi untuk melakukan konseling atau penyuluhan mengenai tentang diet diabetes melitus berkaitan dengan prinsip 3J terutama pada jenis bahan makanan yang dianjurkan untuk penderita glukosa darah tinggi dan cara memilih makanan yang tepat untuk dikonsumsi penderita diabetes melitus yaitu glikemik rendah antioksidan tinggi, serat tinggi dan mengandung karbohidrat kompleks dari memasak dan memanggang.

3. Bagi tenaga Kesehatan

Diharapkan lebih memperhatikan penatalaksanaan pada penderita diabetes melitus dimana sangat berperan dalam proses perawatan diabetes melitus khususnya diet diabetes melitus.